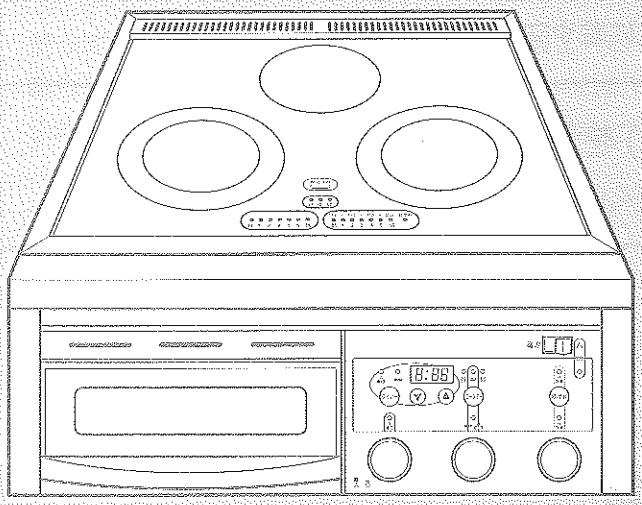
HOLS

株式会社 ほくでんライフシステム

# IHクッキングヒーター

# 取扱説明書

形名 *HCR-273IH*（家庭用）



## もくじ


**まず知っていただきたいこと**

●安全上のご注意……2
●各部のなまえとはたらき……6
●お使いになる前に……8
●使えるなべは？……10
●IHヒーターで使えるなべの見分け方……11

**使いかた**

●左・右IHヒーターの使いかた……12
●揚げ物調理のしかた……14
●中央ヒーターの使いかた……16
●ロースターの使いかた……17
●タイマーの使いかた……18

**調理のポイントと料理例**

調理のポイント……19
料理例……20

**長くご愛用いただくために**

●お手入れのしかた……22
●こんなときは……23
（修理を依頼される前に）
●保証とアフターサービス……裏表紙
●仕　様……裏表紙


●このたびは HOLS IHクッキングヒーターをお買い上げいただきまして、まことにありがとうございました。
●この説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。そのあと大切に保存し、必要なときお読みください。
●保証書は必ず「お買い上げ日・お買い求め先名」などの記入を確かめて、お買求め先からお受け取りください。
●設置工事説明書を工事店または施工主から必ずお受けとりください。

# 安全上のご注意 必ずお守りください

●ここに示した注意事項は、安全に関する重大な内容を記載していますので必ず守ってください。
●表示と意味は次のようになっています。

**⚠警告** 誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示します。

**⚠注意** 誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり、物的損害の発生が想定される内容を示します。

※物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットにかかわる拡大損害を示します。

■図記号の例

△は、注意(危険、警告を含む)を示します。
具体的な注意内容は、△の中や近くに絵や文章で示します。

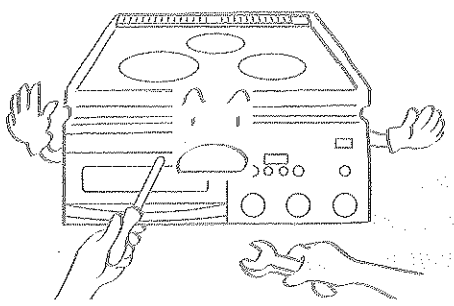
⃠は禁止(してはいけないこと)を示します。
具体的な禁止内容は○の中や近くに絵や文章で示します。

●は強制(必ずすること)を示します。
具体的な強制内容は、●の中や近くに絵や文章で示します。

## ⚠警告

### 修理技術者以外の人は、絶対に分解したり修理・改造は行なわない

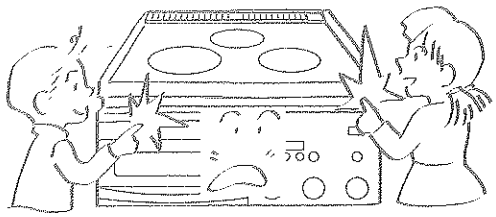
発火したり、異常動作してけがをすることがあります。



分解禁止

### 子供など取り扱いに不慣れな方だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない

感電・けが・やけどの原因になります。

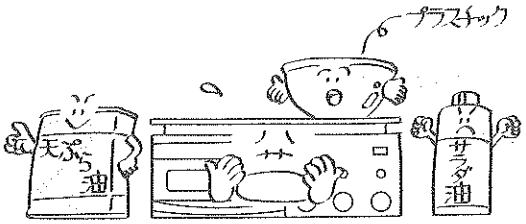


使用禁止

# ⚠警告

## 周辺に可燃物を置いたり、可燃性ガスを近くで使用しない

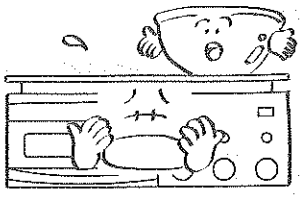
引火して発火することがあります。ふきん、ペーパー、カーテン、スプレー缶、ベンジンなどを置いたり、使用したりしないでください。




使用禁止

## ヒーターの上に、可燃物を置かない

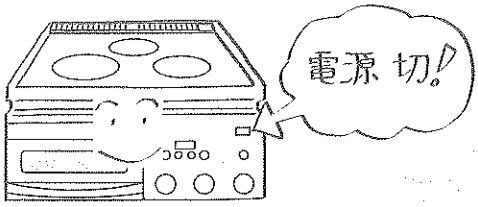
火災の恐れがあります。ヒーター上や器具の周囲に紙きれ・ふきんなどの燃えやすいものは絶対に置かない。誤ってスイッチが入った場合、火災の原因となります。



禁止

## 使用後は電源スイッチを切る

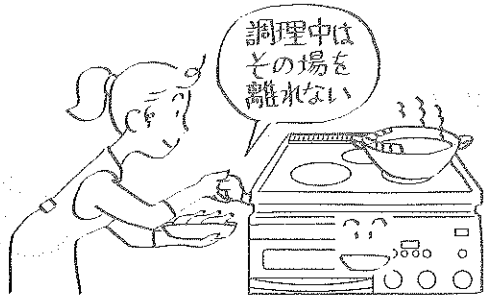
火災の原因になることがあります。




スイッチを切る

## 天ぷらなど油を使う調理中はその場を離れない

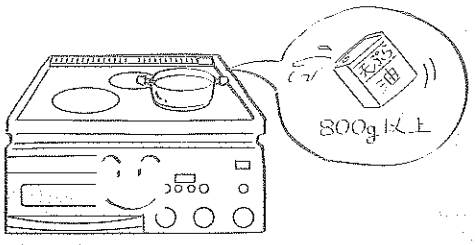
火災の恐れがあります。その場を離れるときは必ずヒーターを切る。油が過熱すると火が入らなくても自然に発火し、火災の原因となります。




禁止

## 油は800g以上で調理する（揚げ物調理中）

油の量が少ないと油の温度が上がりすぎ、火災の原因になります。

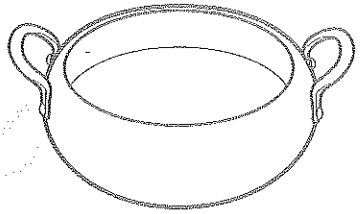



油の量は800g以上

## 付属の天ぷらなべを使う（揚げ物調理中）

底に凹凸やそりのあるなべを使うと油温調節機能が働かず、油温が上がり過ぎて火災の原因になります。

付属の天ぷらなべを右IHヒーターで揚げ物調理キーをお使いください。

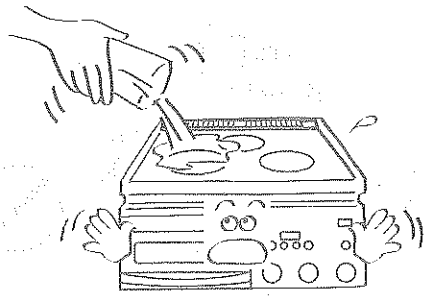


付属の天ぷらなべを使う

# ⚠警告

## 使用中やお手入れのとき、トッププレートや吸・排気口に水をかけない

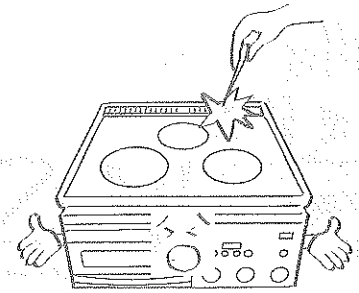
漏電やショートをおこし、感電や火災の原因になります。トッププレートとカウンター(調理台)の間に水がこぼれたときも、すぐにふきとってください。



水かけ禁止

## 吸・排気口やすき間などの開口部に、ピンや針金などの金属類や異物を入れない
## 吸・排気口に指を入れない

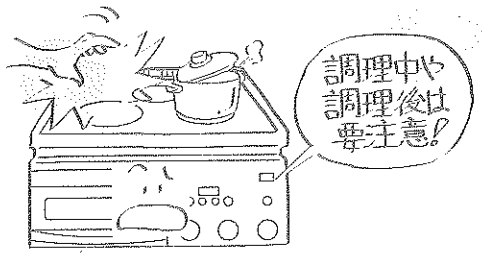
火災・感電・けがの原因になります。



禁止

## 調理中、または高温注意ランプが点滅中はトッププレート、その周辺の金属部に触れない

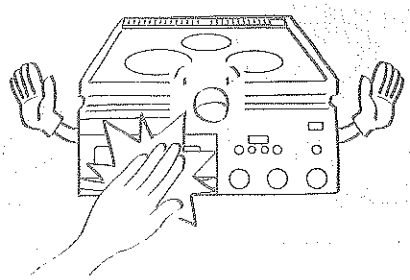
高温注意ランプが消灯した直後でも、ヒーター部に触り続けるとやけどをします。



接触禁止

## ロースター調理中、調理直後はロースター扉や、その周辺には触れない

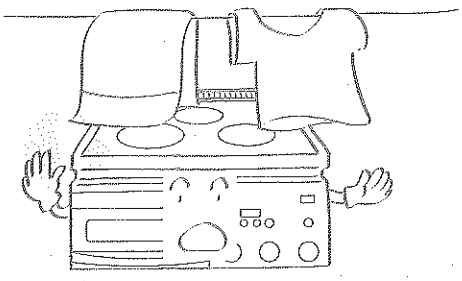
ロースター調理中、調理直後はロースターガラスや周辺部は高温になっていますので、やけどの恐れがあります。



接触禁止

## 調理以外のことに使わない

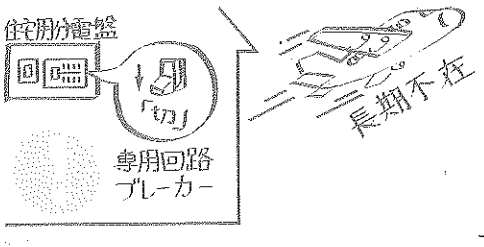
このIHクッキングヒーターを暖房や洗濯物などの乾燥や炭火おこしなどの目的に使わないでください。火災や故障の原因になります。

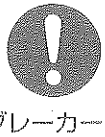


禁止

## 長期間ご使用にならないときは専用回路のブレーカーを切る

万一の通電で、火災の原因になることがあります。



ブレーカーを
切る

# ⚠注意

## トッププレートに固い物をぶつけたり、上にのったりしない

トッププレートにひびが入り電気部品が露出し、感電の原因になります。万一、ひびが入ったときは専用ブレーカーを切って販売店または当社にご相談ください。

禁止

## 心臓用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよくご相談ください

本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。

医師と相談

## 缶やアルミ箔など、なべ以外のものを加熱しない

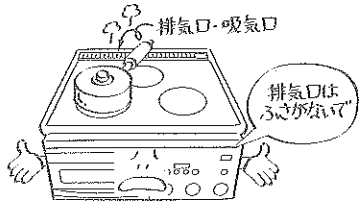
## なべの下に紙などを敷かない

破裂したり赤熱して、けが・やけどの原因になります。また、なべの熱で紙がこげたりします。

禁止

## 吸・排気口をふさいだり、排気口付近に手、顔、なべの取っ手を近づけない

過熱して火災の原因になったり、やけどの原因になります。




禁止

## なべの空だきは絶対にしない

●水を入れない調理や水分が出ない調理は空だきと同じ状態になり、なべが破損することがあります。

●ホーローなべの場合は、ホーロー部分が溶け、トッププレートに固着する場合があります。

禁止

## トッププレートの上で直接調理しない

トッププレートを傷める原因になります。

※油や汁がたれ落ちる焼き網などでの調理もしないでください。

禁止

## 他の器具（ガスコンロなど）であらかじめ加熱した油を使わない

温度制御装置が働かず、異常加熱し火災の原因になることがあります。

禁止

## 油煙が多く出たら電源スイッチを切る

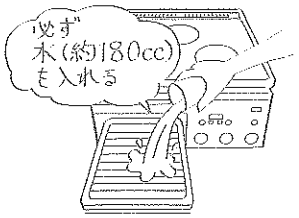
油が高温になっているため、続けて加熱すると発火し、火災の原因になります。

スイッチを切る

## ロースターは必ずロースター皿に水を入れて使用する

## また、必要以上の空焼きを絶対にしない

ガラスが割れ、けがの原因となります。




水を入れる

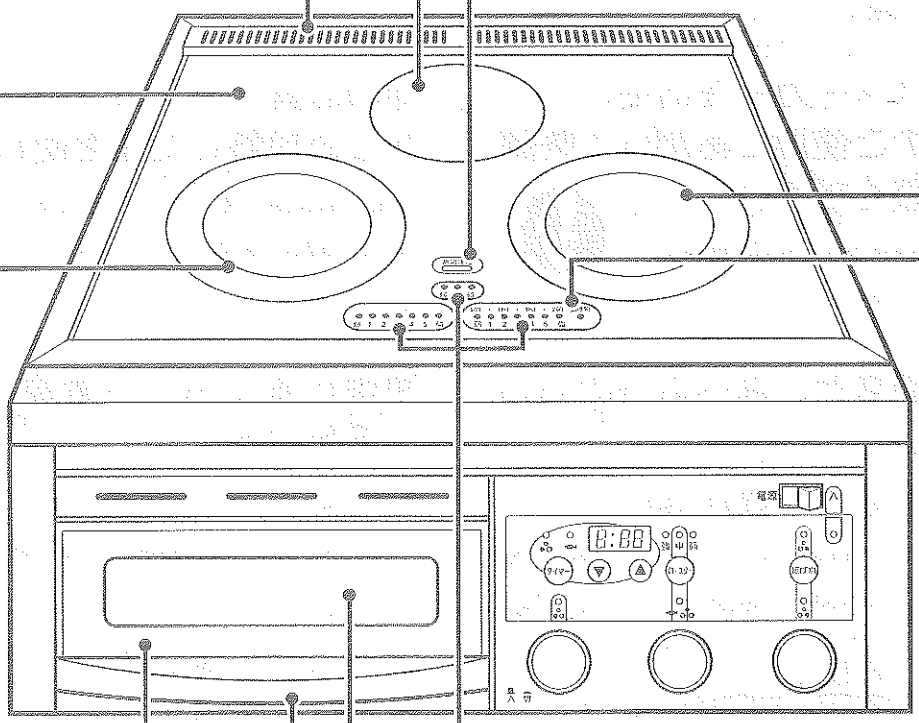
## ロースター調理中、調理物が発火した場合は電源スイッチを切る

調理物が発火した場合は、通電をやめて調理物の炎が消えるまでロースター扉を開けないでください。空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ロースター扉に水をかけないでください。ガラスが割れます。

スイッチを切る

# 各部のなまえとはたらき

## 本　体



中央ヒーター
1200W

吸・排気カバー
（吸気口・排気口）

トッププレート

左IHヒーター
2400W

高温注意ランプ
ヒーター使用中は点灯、使用後はトッププレートが熱い間点滅します。

右IHヒーター
2400W

揚げ物
適温ランプ

ロースター扉

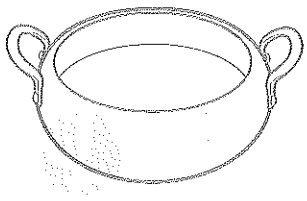
ロースター取っ手

ロースター
1200W

火力表示ランプ
左・中央・右の各ヒーターの火力を表示します。
（右IHヒーターのみ揚げ物調理時は油温度設定表示になります。）

ロースターと中央ヒーターは、同時には使えません。

■付属品

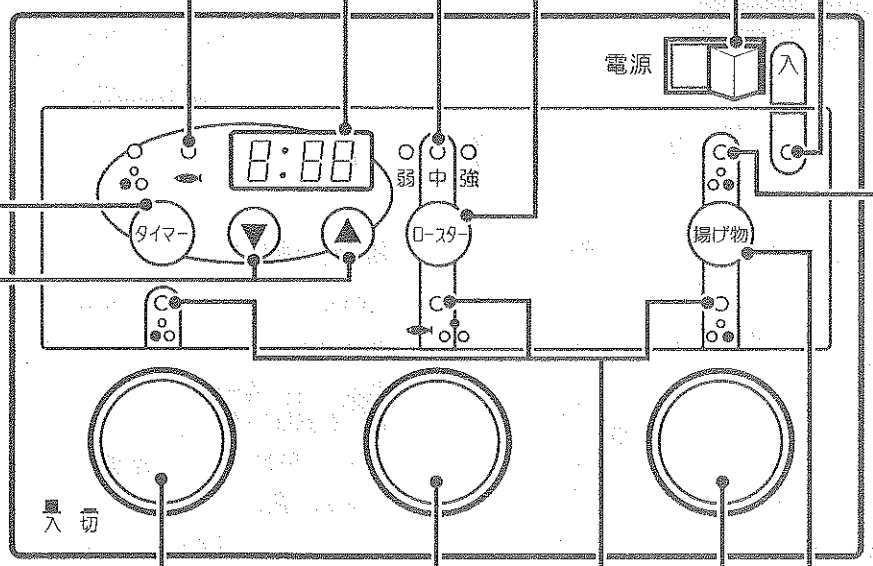


天ぷらなべ（1個）

### お願い

- 初めてお使いになるときは、中性洗剤をつけたスポンジでよく洗ってください。
- スポンジの硬い方の面など、硬いものでの清掃は表面の塗装を傷める恐れがありますのでおやめください。
- 揚げ物以外の調理に使用しないでください。さびの原因になります。
- 使用後は、洗ったあと乾かし、さび防止のために油をぬって保管してください。

# 操作部




**ロースター火力表示ランプ**

**タイマー時間表示**
タイマーの設定時間、残り時間を表示します。

**タイマー設定表示ランプ**
タイマーが設定されているヒーターを表示します。

**タイマーキー**
左IHヒーターまたはロースターにタイマーをセットするときに使います。

**タイマー合わせキー**
タイマーの時間合わせに使います。

**左IHヒーター用火力調節つまみ**
左IHヒーターの「入」「切」と火力の調節に使います。

**中央ヒーター／ロースター用火力調節つまみ**
中央ヒーターとロースターの「入」「切」と火力の調節に使います。

**ロースター調理キー**
ロースターで魚を焼くときに使います。

**電源スイッチ**

**電源ランプ**
電源が「入」のときに点灯します。

**揚げ物調理表示ランプ**

**揚げ物調理キー**
右IHヒーターで揚げ物をするときに使います。

**右IHヒーター用火力調節つまみ**
右IHヒーターの「入」「切」と火力の調節、揚げ物のときの油温度の調節に使います。

**通電ランプ**
各ヒーターの通電中点灯します。

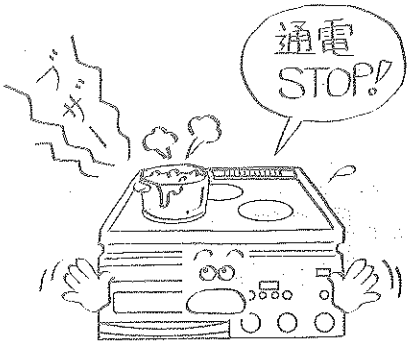
# お使いになる前に

## 安全機能について

### 切り忘れ防止機能

切り忘れて何も操作を行なわなかったときは、一定時間が過ぎるとブザーが鳴り、自動的に通電が切れます。

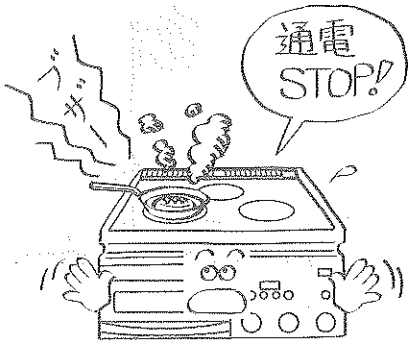
●IHヒーター……約45分後に停止
　※煮込み料理など45分以上かかる調理をするときは、左IHヒーターのタイマーをお使いください。
●中央ヒーター……約45分後に停止
●ロースター……約25分後に停止




### 温度過昇防止機能（IHヒーター）

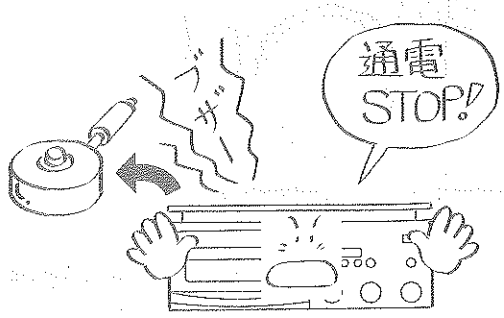
空だきなどにより、なべ底の温度が異常に上がると、ブザーが鳴り通電が切れます。

※火力が弱い場合や、なべの種類によっては通電が切れない場合があります。




### なべ無し自動停止機能（IHヒーター）

なべを置かなかったり、外すと火力表示ランプが点滅し、約1分後にブザーが鳴り通電が切れます。




### 高温注意ランプ（IHヒーター・中央ヒーター）

調理中トッププレートが熱い間はランプが点灯し、電源スイッチを切った後もトッププレートが熱い間は点滅してお知らせします。

※トッププレートは調理終了後も熱が残っています。高温注意ランプが点灯・点滅している間はトッププレート、その周辺の金属部に触れないでください。（高温注意ランプが消灯しても、ヒーター部に触り続けますとやけどをします。）

## 便利な機能

### 揚げ物温度コントロール（右IHヒーター）

なべ底検知により、最適な油温をキープしますので、どなたでも上手に揚げ物調理ができます。（140～200℃まで7段階）また、予熱が終了するとランプとブザーで適温になったことをお知らせします。

（→P.14.15）

### 調理タイマー（左IHヒーターまたはロースター）

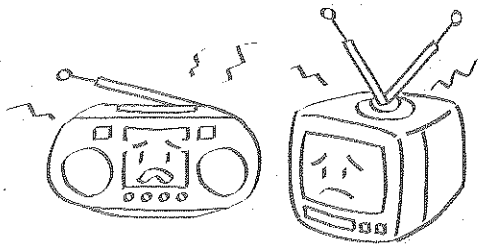
煮込み料理などに便利なタイマーは、6時間までのタイマー調理ができます。（ロースターは20分まで）

（→P.18）

## お願い

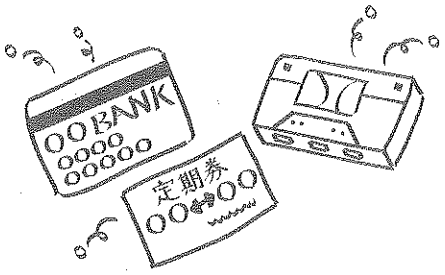
### ラジオやテレビを近づけないでください。

受信障害（雑音）の恐れがあります。影響しない距離まで離してお使いください。



### キャッシュカード・自動改札用定期券・カセットテープなど、磁気に弱いものを近づけないでください。

記憶が消える恐れがあります。

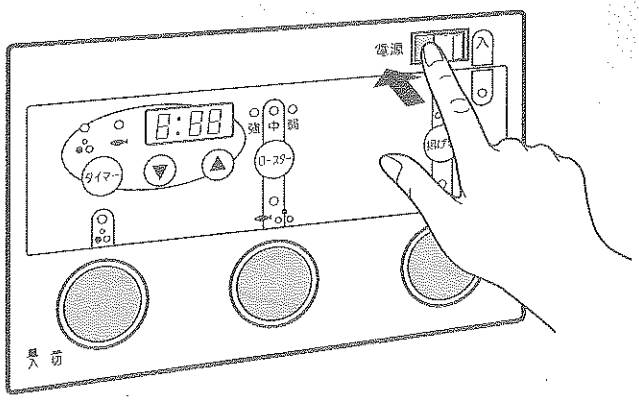



## お知らせ

### 電源スイッチを切るときには、火力調節つまみを「切」（つまみが押し込まれている状態）にしてください。

●火力調節つまみが“入”（つまみが出ている）の状態で電源スイッチを「入」にしても、ヒーターには通電されません。その場合は一旦火力調節つまみを「切」にしてから再度つまみを「入」にしてください。

●安全機能により通電が自動停止した場合についても同様に、一旦火力調節つまみを「切」にしてから再度つまみを「入」にしてください。




### 使用中は本体内部の温度の上昇をおさえるためにファンが作動し、吸排気を行ないます。

●ヒーターの通電中、冷却ファンの音がしますが異常ではありません。（電源スイッチを切っても冷却ファンがしばらく回っていることがあります。）

●冷却ファンが作動しているあいだは、前面上方から排気の風が出ます。

●ロースターでの調理直後にロースター扉を引き出すと、冷却ファンの風にあおられた煙が前面に出ます。特に油分の多い魚の場合は、冷却ファンが停止するのを待ってから引き出してください。

### IHヒーターでの調理中に、金属音が発生することがありますが異常ではありません。

金属音は、誘導加熱の影響によりなべが極細かく振動することで発生するもので、なべや火力設定によって音の大きさや高さは異なります。

### 中央ヒーターとロースターの火力調節は、ヒーターをつけたり消したりして行ないます。

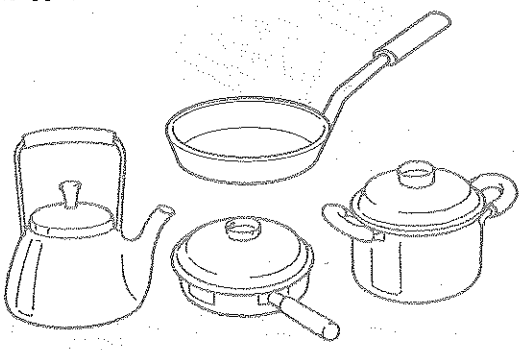
火力が弱いほど消えている時間が長くなります。

# 使えるなべは？

## IHヒーターで使えるなべ

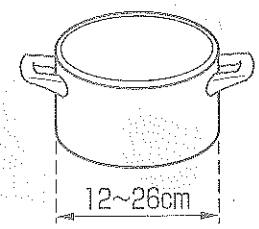
**材質**

●鉄・鉄鋳物
●鉄ホーロー
●ステンレス［18／18−8／18−10］
18−8／18−10ステンレスは使えますが火力が弱くなります。
●多層なべ
種類によっては発熱しない、あるいは、火力が弱くなるものがあります。



**形状**

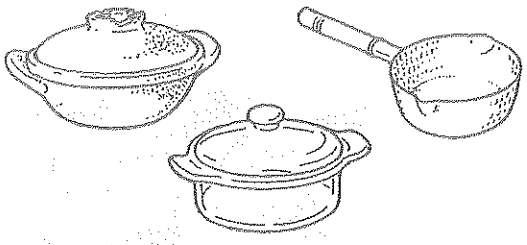
底が平らで、底の直径が約12〜26cmのもの




## IHヒーターで使えないなべ

**材質**

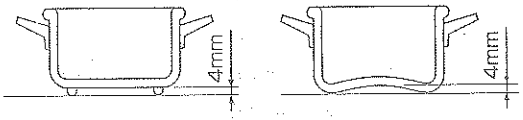
●耐熱ガラス
●陶磁器（土なべなど）
●銅
●アルミ



**形状**

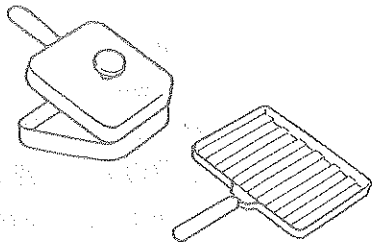
●底の丸いもの（中華なべなど）

●底に約4mm以上の脚やソリ・へこみが付いているもの

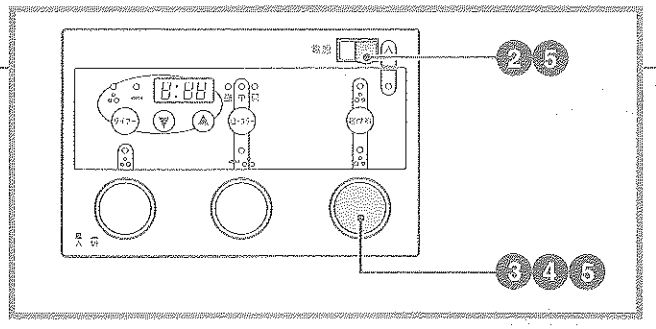



●底の直径が11cm以下・27cm以上のもの

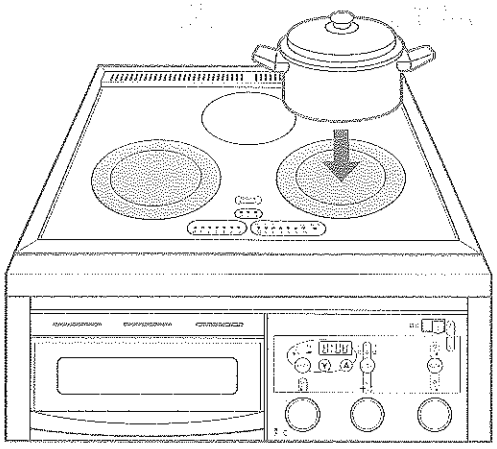
## 中央ヒーター（ハイラジエントヒーター）で使えるなべ・使えないなべ

| | 適しているなべ | 適さないなべ | 使えないなべ |
|---|---|---|---|
| 材質 | ステンレス・鉄・アルミ(鋳物)などの金属製のなべ。 | 土なべ・打ち出しで作られたアルミや銅などのなべ。 | ●耐熱ホーロー以外のホーローなべ<br>●超耐熱以外のガラスなべ<br>●ガス用クッキングパン<br>●直火用魚焼き網 |
| 形状 | 14〜17cm<br>●底の形底が平らで厚手のなべが最適です。<br>中央部凹が1ミリ以下のものが適しています。 | ●13cm以下・18cm以上<br>●凹凸の底のものは適していません。 |  |

# IHヒーターで使えるなべの見分けかた

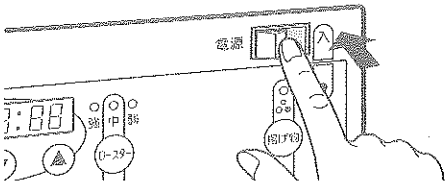



右IHヒーターの場合で説明します。(左IHヒーターでもできます)

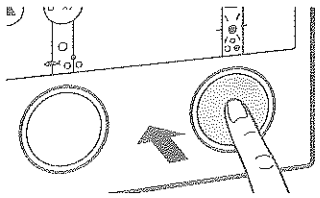


## ① なべに水を入れ、右IHヒーターの中央に置く

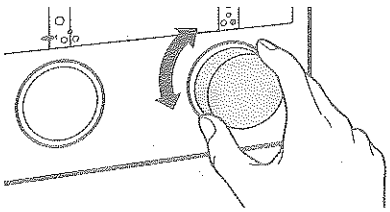
## ② 電源スイッチを入れる




## ③ 右IHヒーターの火力調節つまみを押す



## ④ 火力調節つまみを回す



### 使えるなべのとき

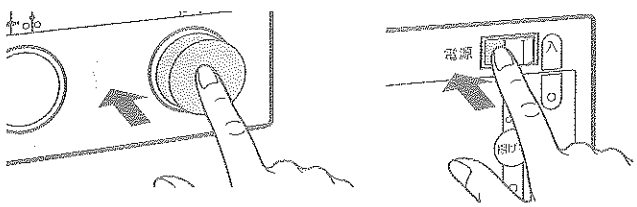
トッププレートの右IHヒーターの火力表示ランプが点灯する。
ヒーターに通電されます。

### 使えないなべのとき

トッププレートの右IHヒーターの火力表示ランプが全て点滅する。
なべは加熱されません。

## ⑤ 確認したら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

そのまま放置すると過熱されます。



# 左・右IHヒーターの使いかた

## 火力調節と火力表示ランプについて

左・右IHヒーターの火力表示と火力は次のようになっています。
それぞれの火力表示の中間の火力は、火力表示ランプの点滅で表示します。

| 左・右IHヒーター（2400W） | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 火力表示ランプ | | | | | | | | 火力（W） |
| 弱 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 強 | | |
| ● | | | | | | | | 120 |
| ● | ✳ | | | | | | | 190 |
| ● | ● | | | | | | | 260 |
| ● | ● | ✳ | | | | | | 330 |
| ● | ● | ● | | | | | | 430 |
| ● | ● | ● | ✳ | | | | | 550 |
| ● | ● | ● | ● | | | | | 700 |
| ● | ● | ● | ● | ✳ | | | | 870 |
| ● | ● | ● | ● | ● | | | | 1080 |
| ● | ● | ● | ● | ● | ✳ | | | 1350 |
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | | | 1650 |
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | ✳ | | 2000 |
| ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | | 2400 |

## お知らせ

左・右IHヒーターの火力が自動的に下がったり、火力を上げられないことがありますが異常ではありません。

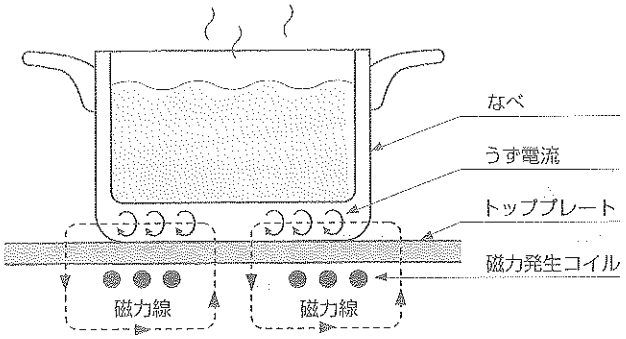
- 3つのヒーターを同時に使用した場合で、消費電力が4800Wを越える火力を設定されようとした場合は、左・右IHヒーターの火力を1650W（火力表示 5）までに自動的に抑えます。IHヒーターを高火力でお使いになりたいときは、どちらかのIHヒーターの火力を下げてください。例えば、IHヒーターのどちらかを1080W（火力表示 4）以下にすると、もう一方は2400W（火力表示　強）まで使用することができます。
- 火力の自動調節が働いた場合は、いずれかのヒーターを切っても自動的に元の火力にはもどりません。

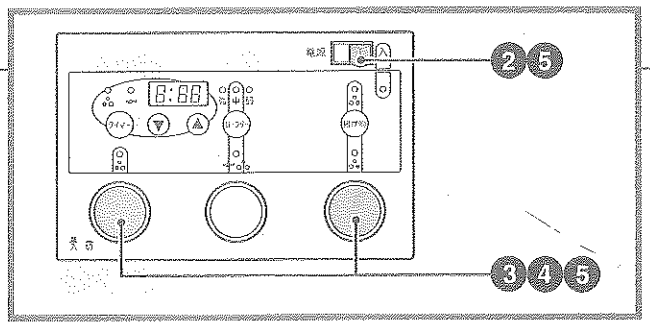
この取扱説明書では表示ランプの点灯・点滅を次のように表わします。

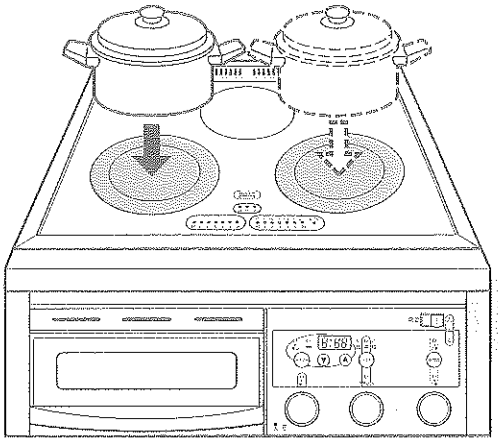
- 表示ランプの点灯は…… ●
- 表示ランプの点滅は…… ✳

## 電磁誘導加熱（IHヒーター）のしくみ

磁力発生コイルにより発生した磁力線が鉄製のなべ底を通るとうず電流が生じ、なべそのものを発熱させます。



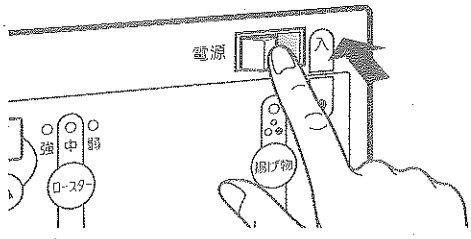


## ① なべに材料を入れ、IHヒーターの中央に置く

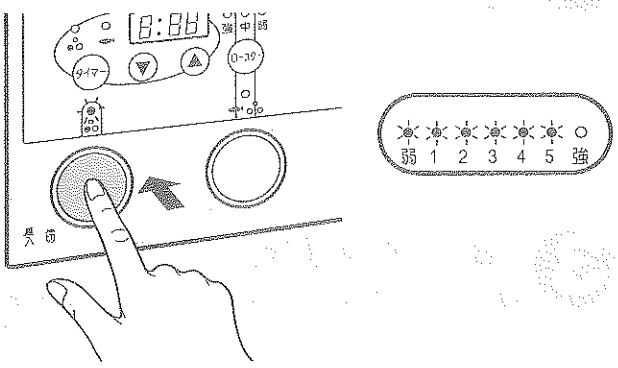
## ② 電源スイッチを入れる

●電源ランプが点灯します。



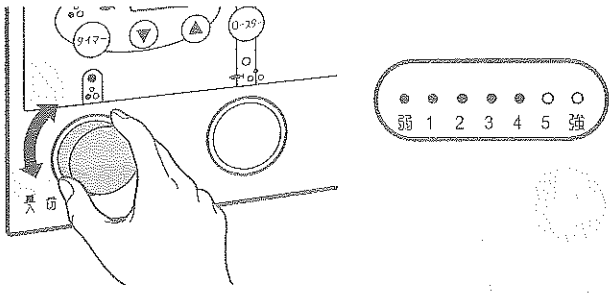

## ③ 使用する火力調節つまみを押す

●火力調節つまみが出ます。
●通電ランプと火力表示ランプが点滅します。
●火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。



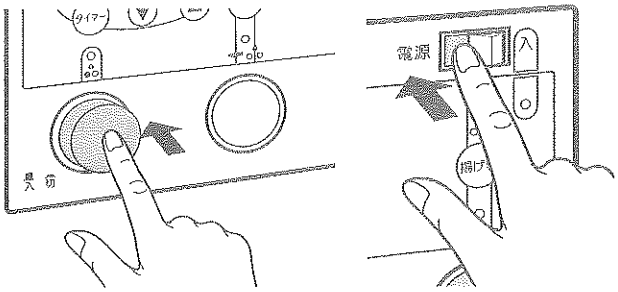

## ④ 火力調節つまみを回し、火力を調節する

●通電ランプと火力表示ランプが点灯します。
●ヒーターに通電されます。

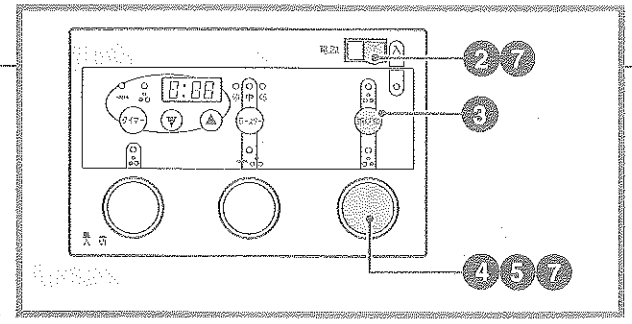



## ⑤ 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

●ヒーターの通電が止まります。

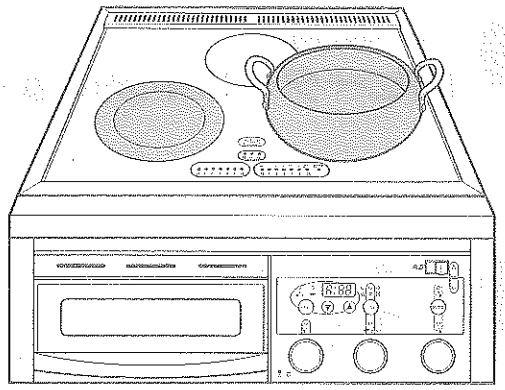


# 揚げ物調理のしかた（右IHヒーターを使います）



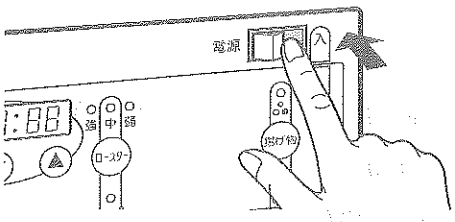

## ❶ なべに油を入れ、右IHヒーターの中央に置く（付属の天ぷらなべを使う）

●油の量は800g以上入れてください。



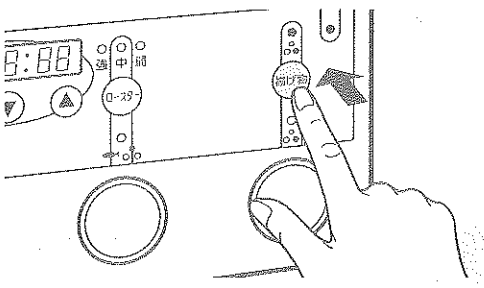
## ❷ 電源スイッチを入れる

●電源ランプが点灯します。




## ❸ 揚げ物調理キーを押す

●揚げ物調理表示ランプが点灯し、揚げ物適温ランプが点滅します。

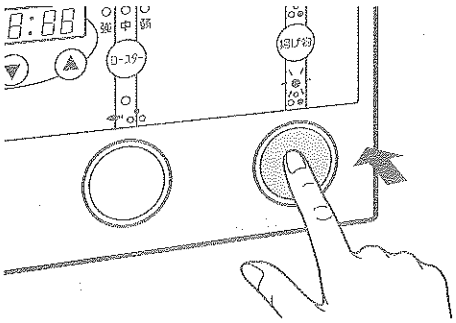


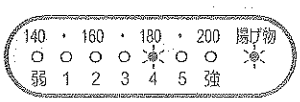

## ❹ 右ヒーター火力調節つまみを押す

●火力調節つまみが出ます。

●通電ランプ・油温度設定表示ランプが点滅します。

●火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。

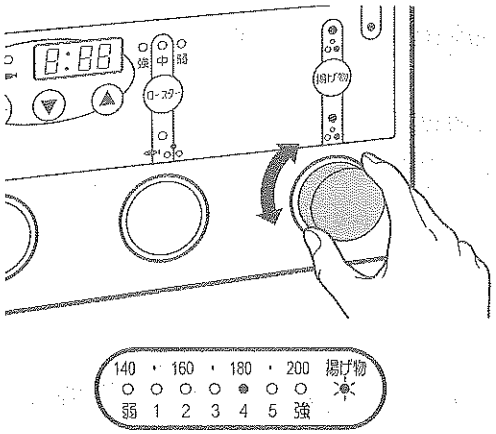


## ⑤ 火力調節つまみを回し油温度の設定をする

●通電ランプと油温度設定表示ランプが点灯します。

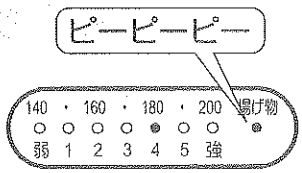
●ヒーターに通電されます。




## ⑥ ブザーが鳴ったら設定温度。調理をする

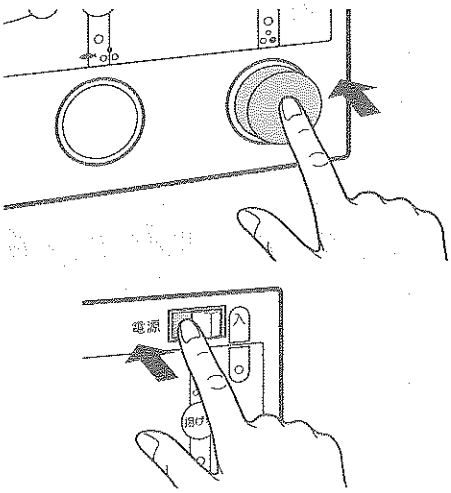
●設定温度になるとブザーがピーピーピーと鳴ってお知らせします。

●揚げ物適温ランプが点灯します。




## ⑦ 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

●ヒーターの通電が止まります。




# お知らせ

●適温になると、ブザーおよび揚げ物適温ランプの点灯でお知らせしますが、一旦適温になりブザーが鳴った後は、設定温度を変えてもブザーは鳴りません。揚げ物適温ランプは、極端に（約30℃以上）温度が下がった場合に点滅になり、再び適温になると点灯に変わります。

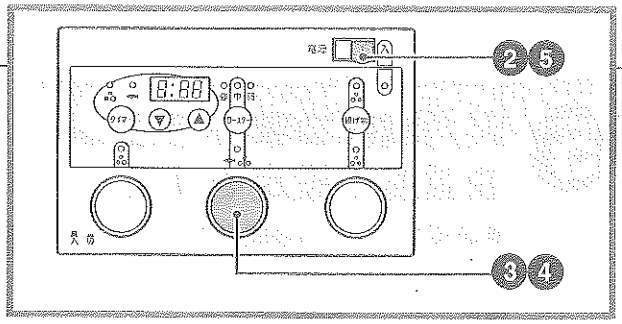
●揚げ物調理中、設定温度を変更した場合は変更確認ブザーが短く鳴ります。

●揚げ物調理中（揚げ物温度コントロール使用中）は自動的に火力が上がったり下がったりして油温を調節します。

●設定温度は油900gを加熱したときの目安温度です。

# 中央ヒーターの使いかた

ロースターと同時には使えません

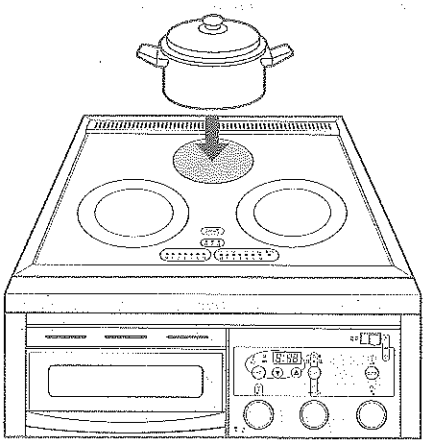



## 火力調節と火力表示ランプについて

●中央ヒーターの火力調節は、ヒーターをつけたり消したりして調節しています。

●火力と火力表示ランプは次のようになっています。

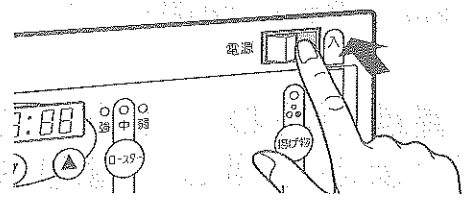
| 中央ヒーター（1200W） | |
|---|---|
| 火力表示ランプ<br>弱　中　強 | 火力（W） |
| ●　　　 | 400W |
| ●　●　 | 600W |
| ●　●　● | 1200W |



## ❶ なべに材料を入れ、ヒーターの中央に置く

## ❷ 電源スイッチを入れる

●電源ランプが点灯します。

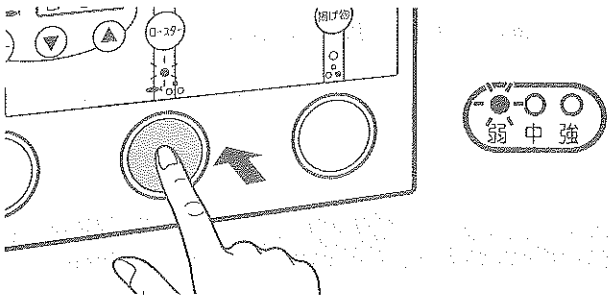



## ❸ 中央ヒーター/ロースター火力調節つまみを押す

●火力調節つまみが出ます。

●通電ランプと火力表示ランプが点滅します。

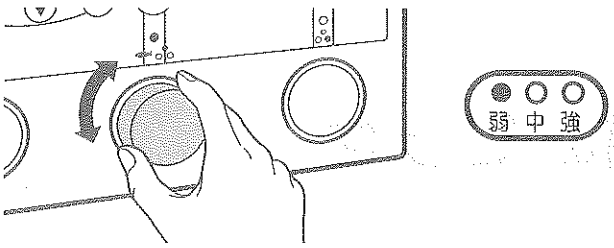
●火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電はされません。




## ❹ 火力調節つまみを回し、火力を調節する

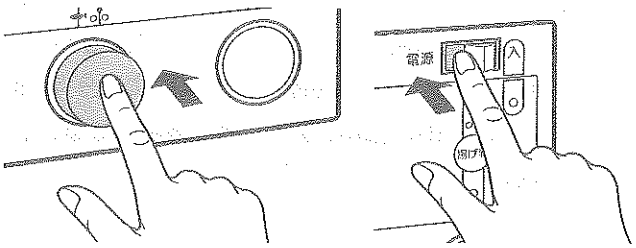
●通電ランプと、火力表示ランプが点灯します。

●ヒーターに通電されます。



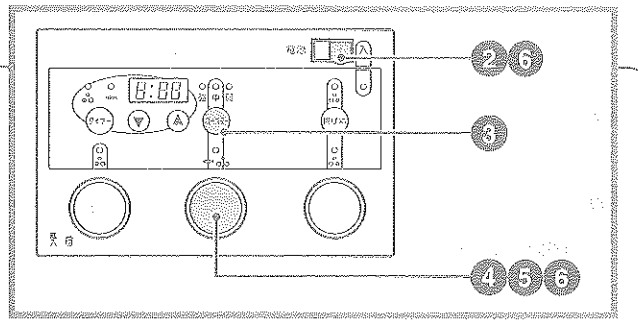

## ❺ 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

●ヒーターの通電が止まります。



# ロースターの使いかた

中央ヒーターと同時には使えません




## 火力調節と火力表示ランプについて

●火力と火力表示ランプは次のようになっています。

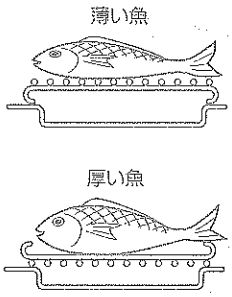
| ロースター（1200W） | |
|---|---|
| 火力表示ランプ<br>弱　中　強 | 火力（W） |
| ●　　　 | 800W |
| ●　● | 1000W |
| ●　●　● | 1200W |

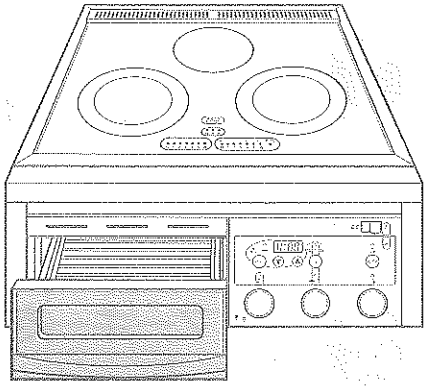
## 1 受け皿に焼き網をセットして水を入れ、魚をのせる

●魚の厚さによって焼き網の上下を使い分けます。

※水を入れずに調理すると、調理物が発火する場合があります。

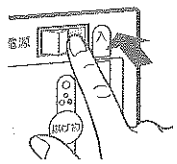
※ロースター扉は、奥まで確実に閉めてください。



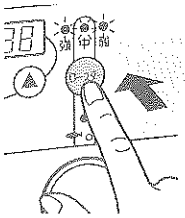
## 2 電源スイッチを入れる

●電源ランプが点灯します。




## 3 ロースター調理キーを押す

●ロースター火力表示ランプが点滅します。

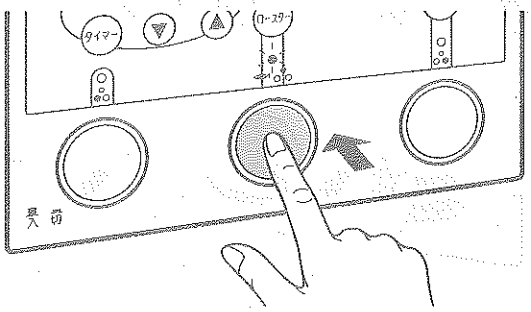


## 4 中央ヒーター／ロースター火力調節つまみを押す

●火力調節つまみが出ます。

●通電ランプと火力表示ランプが点滅します。

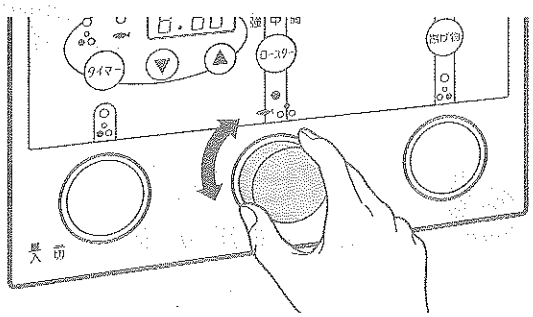
●火力調節つまみを押しただけでは安全のためヒーターに通電されません。




## 5 火力調節つまみを回し火力を調節する

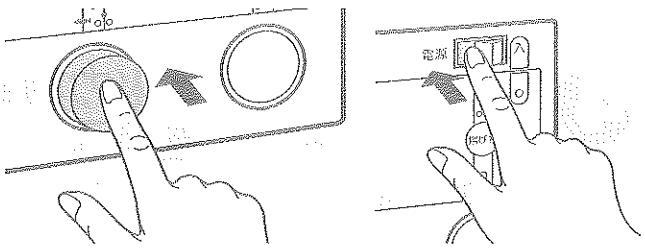
●通電ランプと火力表示ランプが点灯します。

●ヒーターに通電されます。

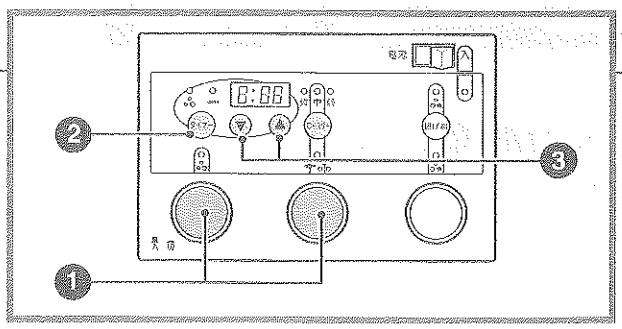



## 6 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る

●ヒーターの通電が止まります。

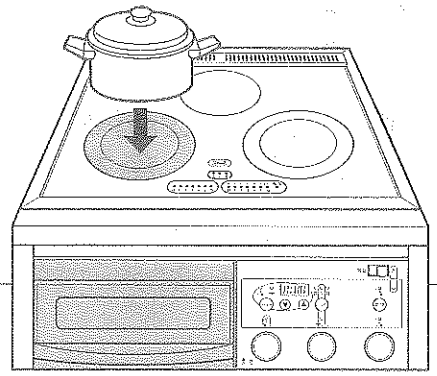


# タイマーの使いかた（左IHヒーターまたはロースターに使えます。）



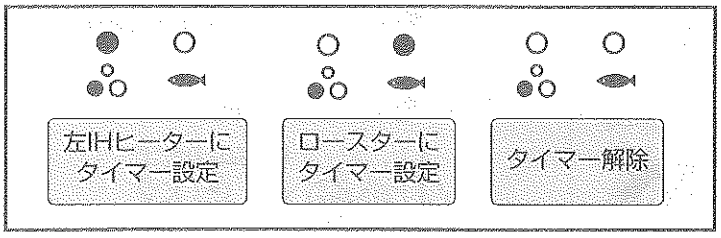

●タイマーは左IHヒーターまたはロースターのいずれかに使用できます。
●タイマーを使うには、先にヒーターに通電してください。通電したヒーターを設定することができます。

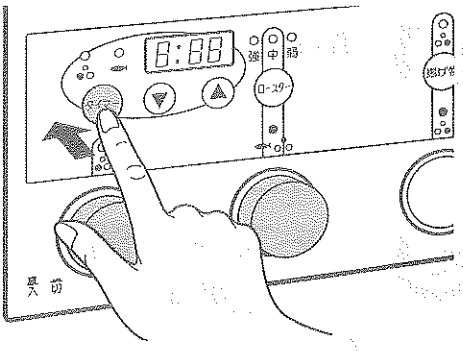
## ❶ 左IHヒーターまたはロースターに通電する



## ❷ タイマーキーを押す

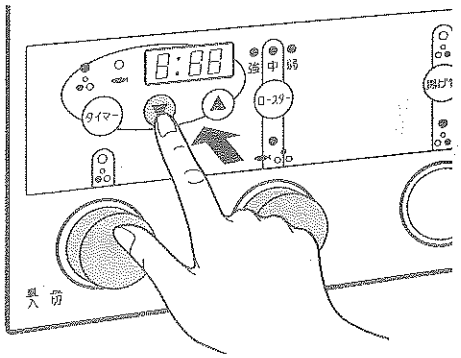
●タイマー設定表示ランプが点灯します。
●タイマー設定をしたい、ヒーターを選んでください。
●タイマーキーを押す毎に次のように変わります。
※通電していないヒーターには設定できません。



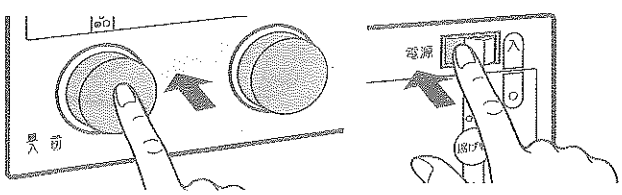

## ❸ タイマー合わせキーを押して時間を調節する

●左IHヒーターは6時間まで設定できます。
●ロースターは20分まで設定できます。
※1分～20分までは1分おき、
20分～6時間までは5分おきの設定ができます。
●タイマーがスタートすると残り時間を表示します。




タイマーが終了するとブザーが鳴り自動的に通電を停止します。

## ❹ 調理が終わったら火力調節つまみを押し、電源スイッチを切る



# 調理のポイント

## 加熱調理の火力調節の目安

| 火力（W） 位置 | 弱 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 強 | 火力調節のポイント |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 左右IHヒーター | 120 | 260 | 430 | 700 | 1080 | 1650 | 2400 | |
| 火力の目安 | とろ火 | | 弱火 | | 中火 | | 強火 | |
| 炒める | | | | | | ←→ | ←→ | 「強」で手早く炒めます。 |
| ゆでる | | | | ←→ | ←→ | ←→ | ←→ お湯を沸す | 「強」でお湯を沸かし、吹きこぼれる前に火力を落とします。 |
| 焼く | | | ←→ 中まで焼く | ←→ | ←→ | ←→ 焼き色をつける | ←→ | 「強」で焼き色をつけ、火力を落として中まで火を通します。 |
| 煮る | ←→ 煮込む | ←→ | ←→ | ←→ 煮る | ←→ | ←→ | ←→ お湯を沸す | 「強」でお湯を沸かし、火力を落として煮込みます。 |

●なべの種類・形状・材料の量などによって加熱状態が異なります。
ようすを見て火力を調節してください。
●それぞれの中間火力は表示を省略しています。

## 揚げ物調理の温度調節の目安

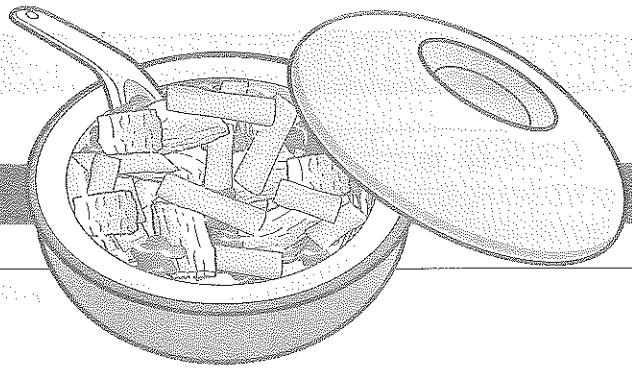
※油900g（約1L）を使った場合の目安です。
※油量などにより温度が前後する場合があります。

| 表示 | 140 | 150 | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 | 上手に揚げるポイント |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 温度（℃） | 140 | 150 | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 | |
| 野菜の天ぷら | | ←→ | ←→ | ←→ | | | | ●温度<br>材料に合った温度で揚げる。 |
| 魚介類の天ぷら | | | | ←→ | ←→ | ←→ | | ●材料<br>一度にたくさん入れない。<br>（油の表面積の1/2程度が目安） |
| フライ・とんかつ | | | | | ←→ | ←→ | | |
| 冷凍食品 | | | | | ←→ | ←→ | ←→ | ●でき上がりの目安<br>材料が浮き上がり、衣のまわりの泡が小さくなったとき。 |
| とりのから揚げ | | ←→ 1度目 | ←→ | ←→ | ←→ 2度目 | ←→ | | |

# 料理例

## 煮る

### 大根と豚肉の煮込みスープ



材料（4～5人分）

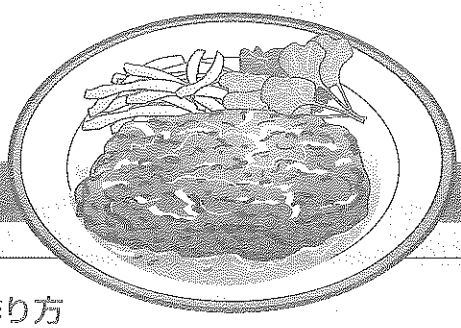
豚バラ肉（薄切り）……150g
大根……400g
ねぎ……20g
しょうが……1かけ
ほうれん草……1/3たば
塩……少々
水……6カップ
塩……大さじ1弱
酒……大さじ2
こしょう、うまみ調味料……各少々

作り方

1. 豚肉は5cm幅に切り、大根は短冊切りにし、ねぎとしょうがは、包丁の腹でたたきつぶす。
2. 深なべに1と水を入れて火力『強』で煮立てる、煮たったら浮いてくるあくを丁寧に取り、火力を『2』～『3』に弱めて1時間ほど煮る。
3. ほうれん草は塩少々を入れた熱湯で固めにゆでて水にとり、水けをしぼって長めに切る。
4. 大根と豚肉が柔らかく煮えたらしょうがとねぎを取り出し、塩、酒、こしょう、化学調味料で調味して3のほうれん草を散らして盛りつける。

## 焼く

### 牛肉のペッパーステーキ



材料（4人分）

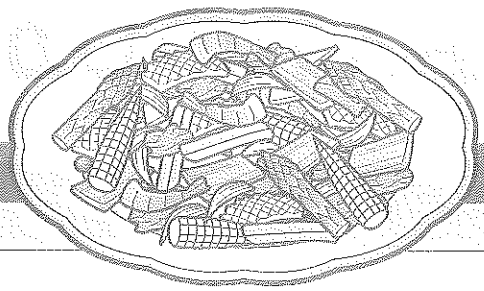
牛肉（厚さ2cm、1枚150gのもの）……4枚
粒こしょう（黒）……大さじ3
バター……大さじ3
塩……少々
《ソース》
白ワイン……大さじ2
生クリーム……1
トマトケチャップ……大さじ4
しょうゆ……大さじ2
ウスターソース……大さじ1
クレソン、フライドポテト……各適宜

作り方

1. 牛肉は焼き縮みを防ぐために筋切りをし、肉たたきでたたいて形を整えておく。
2. 粒こしょうはガーゼに包んで肉たたきなどでたたいてつぶす。
3. 牛肉の片面に塩を振り2のこしょうをつけてバターを溶かしたフライパンに調味料をつけた面から入れ、最初は火力『5』で焼いて焦げ色がついたら火力を『3』～『4』に弱めてしばらく焼き、上の面に塩、粒こしょうをして裏返し、火力を『5』にして焼き色をつける。
4. フライパンにソースの材料を入れて火力『4』でひと煮たちさせて3の肉を戻し入れ、ソースを肉にからめて温めた皿に盛りつけ、クレソン、フライドポテトを添えて残りのソースをかける。

# 炒める

## 八宝菜



材料（4人分）

豚薄切り肉……250g
酒、しょうゆ……各少々
玉ねぎ……小1個
ピーマン……2個
ゆでたけのこ……80g
グリーンアスパラガス……4本
ベビーコーン……4本
うずら卵（ゆでたもの）……8個
かたくり粉の水溶き、サラダ油……各適量
ごま油、塩……少々
いか……100g
塩、こしょう、酒……各少々
にんじん……1/2本
Ⓐ スープ……1/2カップ
Ⓐ 塩……小さじ1～1/2
Ⓐ 砂糖……小さじ1/2
Ⓐ しょうゆ……小さじ1
Ⓐ 酒……大さじ1
Ⓐ うまみ調味料……少々

作り方

1. 玉ねぎは1cm幅のくし形切りにし、ピーマン、ゆでたけのこ、にんじんは短冊切りにしグリーンアスパラは4～5cm長さに切ります。
2. いかは一口大の松笠切りにし、塩、こしょう、酒各少々をふって下味をつけ、豚肉は一口大に切り、酒、しょうゆ各少々で下味をつけます。
3. 火力『5』でフライパンを熱し、多めの油を入れて火力『5』で色が変わるまで炒め、いかを加えて手早く炒め、野菜類は固いものから順に炒め、火が通ったら Ⓐ をよく混ぜたものを加える。ひと煮立ちしたら塩味を調えて、かたくり粉の水溶きを加えてとじ、ごま油を少々加えて香りつけをして盛りつける。

# 魚を焼く

## ロースターを使って魚を焼くときの時間の目安（タイマーを使うと便利です）

※表は予熱をしない場合の焼き時間の目安です。時間は魚の数・大きさ・季節・鮮度によって異なります。焼けぐあいを見ながら火力や時間を調節してください。

| メニュー | 分　量 | 火力 | 焼き時間 | | 調理のポイント |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | 表 | 裏 | |
| さんまの塩焼き | 150g　4尾 | 強 | 9分～11分 | 4分～6分 | ・直接ヒーターに触れるような魚は2枚におろすなどしてから焼く。<br>・いかやえびなどはくしに刺して焼く。<br>・照り焼きなどは焦げやすいので、火力や時間を調節する。 |
| あじの塩焼き | 140g　3尾 | 強 | 9分～11分 | 4分～6分 | |
| ほっけの開き | 270g　1枚 | 強 | 8分～10分 | 3分～5分 | |
| あじのの開き | 110g　2枚 | 強 | 7分～ 9分 | 3分～5分 | |
| さけの切り身 | 110g　3枚 | 強 | 8分～10分 | 3分～5分 | |
| いかの照り焼き | 160g　2はい | 強 | 7分～ 9分 | 3分～5分 | |

# お手入れのしかた

## お手入れする時は

●電源スイッチを切り、冷えてから
●ご使用のたびに
汚れたまま使うと、変色・こびりつきの原因になります。

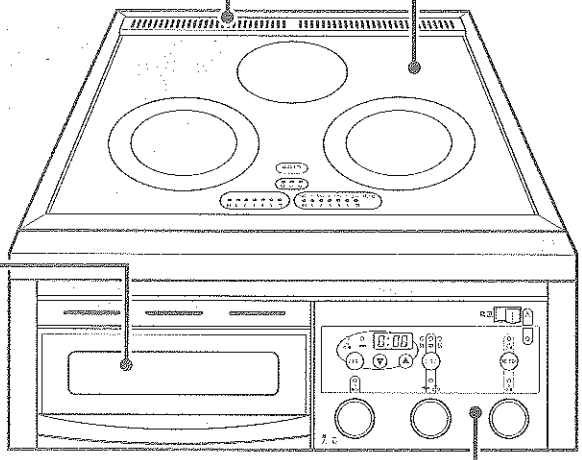
●台所用洗剤(中性)を使う
たわし・ベンジン・シンナーを使わないでください。
トッププレート以外は磨き粉を使わないでください。

## 吸・排気カバー

本体からはずし、食器用洗剤とスポンジで洗う。

## トッププレート

●固く絞ったふきんでふきとる。
●取りにくい汚れは磨き粉などを少量つけて、こすり取る。



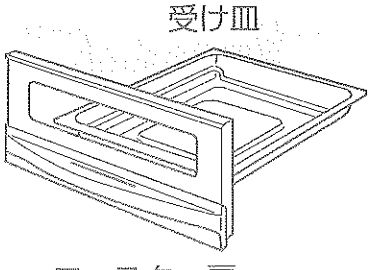
## ロースター(焼き網・受け皿)

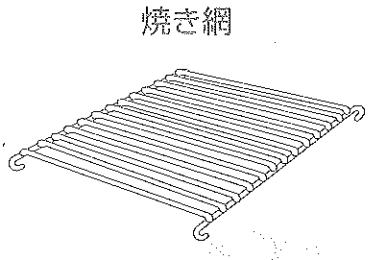
食器用洗剤と、スポンジで洗う。
●ロースター扉からはずして洗ってください。
●ロースター扉はナイロンたわしの固い方の面でこすらないでください。

## 操作部

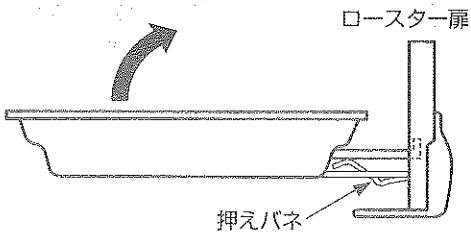
乾いたやわらかい布でふき取る。

## 受け皿のはずしかた




1. 受け皿を支えながら扉の押えバネを押す
2. 受け皿を矢印の方向に動かして、受け皿の左右のツメを外す




※取り付けるときは、ツメを扉の角穴に差し込み、押えバネが確実にはまっているかを確認してください。

# こんなときは（修理を依頼される前に）

●製品を取りはずして、ご自分で修理されることは絶対にしないでください。

| こんなとき | 点検箇所 | 直しかた |
|---|---|---|
| ヒーターが入らない | ●電源スイッチ、またはブレーカーが「切」になっていませんか。 | ●電源スイッチ、またはブレーカーを入れてください。 |
| ＩＨヒーターを使おうとすると、火力表示ランプが全て点滅し、約１分後に消灯する | ●なべを置きましたか。<br>●使えないなべを置いていませんか。<br>●なべの位置がヒーターの中央から大きくずれていませんか。 | ●使えるなべを正しく置いてください。「使えるなべは？」（P.10）をごらんください。 |
| 使っている途中で通電が切れた | ●本体内部の温度が高くなり、過熱防止機能が働いています。給排気パネルがふさがれていませんか。 | ●ふさいでいるものを取り除き、しばらく冷ましてからお使いください。 |
| 使っている途中でブザーが鳴り通電が切れた | ●誤って、なべを空のまま放置したため、温度過昇防止機能が働いた。 | ●温度過昇防止機能が働いた場合は、しばらく冷ましてからお使いください。 |
| 使っている途中でブザーが鳴り通電が切れた（火力表示の弱が点滅している） | ●約45分以上（ロースターは約25分）火力調節つまみを操作していないため、切り忘れ防止停止機能が働いた。 | ●再度、操作し直してください。<br>→P.8参照 |
| IHヒーターで調理中「ジー」と音がする | ●なべによっては、音が発生する場合があります。 | ●異常ではありません。そのままお使いください。 |
| 電源スイッチを切ってもファンの運転音がする | ●本体内部の温度を下げるために冷却ファンが作動しています。 | ●自動的に冷却ファンは止まります。 |
| ロースターが調理中に途中で切れた | ●ロースターの受け皿に水を入れましたか。 | ●ロースターの受け皿に水を入れてください。→P.17参照 |
| 初めてヒーターやロースターを使ったとき、煙や臭いが出る | ●部品には油が付着している場合があります。初めてお使いになる場合は、その油が焼けて煙や臭いがする場合があります。 | ●異常ではありません。<br>そのままお使いください。 |

# 保証とアフターサービス

## アフターサービスについて

ご使用中に異常が生じたときはお使いになるのをやめ専用回路のブレーカーを「切」にし、お買上げの販売店または当社にご相談ください。
このとき、IHクッキングヒーターの形名とお買上げ時期をお知らせください。
その他ご不明な点は当社にご相談ください。

- IHクッキングヒーターの補修用性能部品の最低保有期間は製造打切後5年です。この期間は通商産業省の指導によるものです。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。
- 一般家庭用以外(たとえば業務用など)にお使いになったときの故障は、保証期間内でも原則として有料修理になります。
- 保証期間経過後の修理については、販売店にご相談ください。修理によって機能が維持される場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。

## 保証(保証書)について

このIHクッキングヒーターには「保証書」がついています。必ず「お買い上げ日・お買い求め先名」などの記入をお確かめになり、保証書の内容をよくお読みになったうえで大切に保存してください。

- 万一、故障したときは保証書記載内容により、保証期間内は無料修理いたします。
- 保証期間…お買上げの日から1年です。

# 仕様

| | | |
|---|---|---|
| 定格 | | 単相200V-4800W |
| 大きさ | | W596×D546×H244mm |
| ロースター内寸 | | W236×D330×H93mm |
| 重量(重さ) | | 約20kg |
| 左右ヒーター | 消費電力等 | IHヒーター　2400W |
| | 火力調節 | 120W相当～2400W　13段階調節 |
| 中央ヒーター | 消費電力等 | ハイラジエントヒーター（直径140mm）1200W |
| | 火力調節 | 400W相当～1200W　3段階調節 |
| ロースター | 消費電力等 | シーズヒーター　1200W |
| | 火力調節 | 800W相当～1200W　3段階調節 |
| ヒーターの切り替え | | 中央ヒーターとロースターの切替え |
| 電源コード | | 3.5mm²　3芯　キャブタイヤケーブル |
| 差込プラグ | | 2極・接地極付　250V－30A |
| 安全機能 | 切り忘れ防止 | 左右IHヒーター・中央ヒーター：約45分で自動OFF<br>ロースター：約25分で自動OFF |
| | 温度過昇防止 | なべ底の温度が異常に上がると自動OFF |
| | 高温注意 | トッププレートが高温の間ランプが点灯 |
| 付加機能 | 温度調節 | 140～200℃　7段階調節（右IHヒーター） |
| | 調理タイマー | 左IHヒーター：1分～6時間<br>ロースター：1分～20分 |

## 愛情点検　長年ご使用のクッキングヒーターの点検をぜひ！

このような症状はありませんか。

- ファンが回らなくなった
- 本体が異常に熱い。
- コードや差し込みプラグが異常に熱い。
- こげくさいにおいがする。
- その他の異常・故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源スイッチとブレーカーを切って、販売店にご連絡を…。


販売元：HOLS 株式会社 ほくでんライフシステム

本社　〒060-0031 札幌市中央区北1条東1丁目6番地　住友商事 札幌ビル　☎(011)207-6555
マドレ　〒060-0031 札幌市中央区北1条東4丁目　サッポロファクトリー一条南館3階　☎(011)242-0141
ディバタウン　〒064-0808 札幌市中央区南8条西22丁目4番地　☎(011)552-1447

●お問い合わせは下記へどうぞ

札幌支社　〒060-0031 札幌市中央区北1条東1丁目6番地　☎(011)207-6555
旭川営業所　〒070-0034 旭川市4条通12丁目1444-1　☎(0166)26-5728
北見営業所　〒090-0028 北見市北8条東1丁目2-3　☎(0157)22-3596
岩見沢営業所　〒068-0029 岩見沢市9条西1丁目12　☎(0126)24-7802
小樽営業所　〒047-0033 小樽市富岡1丁目9-1　☎(0134)27-7200
釧路営業所　〒085-0017 釧路市幸町8丁目1　☎(0154)24-5590
帯広営業所　〒080-0015 帯広市西5条南7丁目2-1　☎(0155)26-0943
室蘭営業所　〒050-0082 室蘭市寿町1丁目6-25　☎(0143)43-8633
苫小牧営業所　〒053-0006 苫小牧市新中野町3丁目8-7　☎(0144)32-8067
函館営業所　〒040-0033 函館市千歳町25番地15号　☎(0138)22-5741

製造元：SHK 三化工業株式会社

〒102-0072　東京都千代田区飯田橋4丁目4番8号 東京中央ビル
TEL.03-3239-1819（代）


| ご購入年月日 | 年　月　日 |
|---|---|
| ご購入店名 | TEL |

お客様へ…おぼえのために、ご購入年月日、ご購入店名を記入されると便利です。